

Sezonul athletic al anului 1955 (XI)

Rezultatele de la triplusalt și aruncări

TRIPLUSALT		48,13 (1) M. Raica Sarpsborg 27.7.
15,27 S. Ioan (C.C.A.) Varșovia 3.3.	47,70 (1) M. Raica Ploesti 21.5.	47,70 (1) M. Raica Buc. 2.7.
14,39 T. Chitulu (S) Cluj 17.7.	46,91 (4) M. Raica Varșovia 18.6.	46,91 (4) M. Raica Buc. 28.5.
14,37 C. Poenaru (R) Buc. 3.7.	46,86 (2) R. Coveanu Buc. 12.6.	46,86 (2) M. Raica Cluj 17.7.
14,25 M. Stein (D) Sofia 11.7.	46,58 (1) M. Raica Buc. 28.5.	46,58 (1) M. Raica Cluj 17.7.
14,20 I. Chiriacu (S) Buc. 28.6.	46,51 (1) M. Raica Cluj 17.7.	46,51 (1) M. Raica Cluj 17.7.
14,17 R. Licker (P) Cluj 11.9.	46,43 (1) M. Raica Cluj 11.9.	46,43 (1) M. Raica Cluj 11.9.
14,13 C. Barta (S) Cluj 15.5.	46,33 (1) M. Raica Oradea 12.11.	46,33 (1) M. Raica Buc. 21.8.
13,97 C. Ene (P) Buc. 20.11.	46,03 (2) M. Raica Buc. 21.8.	46,03 (2) M. Raica Buc. 21.8.
13,79 Z. Szabo (C.C.A.) Buc. 27.3.	46,00 (1) M. Raica Buc. 19.11.	
13,71 St. Stofan (S) Buc. 20.11.		
13,70 Gh. Mona (M) Buc. 4.9.		
13,52 V. Mihăescu (S) Or. Stalin 29.3.		
13,52 V. Cincă (D) Buc. 8.5.		
13,50 A. Dumitrescu (P) R. Vlăscă 23.7.		
13,45 M. Voivodă (S) Cluj 9.5.		
13,45 M. Voivodă (S) Cluj 9.5.		
13,29 V. Catană (L) Constanța 28.8.		
13,27 E. Ionescu (V) 13.25 J. Schuster (S) Arad 19.7.		
13,21 D. Vlăduț (S) Buc. 14.5.		
13,20 S. Blaga (S) Timișoara 14.5.		
13,20 Gh. Cosma (P) Cluj 4.10.		
13,17 V. Zăvădescu (C.C.A.) Buc. 13.2.		
13,13 Gh. Vintilă (P) Buc. 13.2.		
13,13 Cr. Tăușanu (C.C.A.) Buc. 13.2.		

Pe lista celor mai bune performanțe ale anului 1955 până la 14,25 m. au fost înregistrate 19 rezultate:

15,27 (4) S. Ioan Varșovia 3.3.	14,59 (1) T. Chitulu Cluj 17.7.	14,58 (1) S. Ioan Oslo 26.7.	14,57 (1) V. Zăvădescu Buc. 13.2.	14,50 (2) T. Chitulu Buc. 21.8.	14,39 (2) S. Ioan Cluj 17.7.	14,37 (1) S. Ioan Buc. 3.7.	14,27 (2) C. Poenaru Buc. 3.7.	14,25 (1) C. Poenaru Timișoara 22.6.	14,25 (1) M. Stein Sofia 10.7.
---------------------------------	---------------------------------	------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------	------------------------------	-----------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------

	1-a	a-5-a	a-10-a	a-25-a	a-50-a
1953	14,67	14,10	13,92	12,80	—
1954	15,09	14,04	13,85	12,90	—
1955	15,27	14,25	13,83	13,25	12,75
		</			

	1953	1954	1955
Peste 15.00 m.	—	2	1
14.00 — 14.99	6	3	7
13.00 — 13.99	13	18	30
12.50 — 12.99	18	18	23

Peste 15,00 m. — 2 1

14,00 — 14,99 6 3 7

13,00 — 13,99 18 18 23

12,00 — 12,99 18 18 23

GREUTATE

15,63 A. Raica (C.C.A.) Buc. 12.5.	15,43 N. Ivanov (D) Petroșani 6.8.	15,40 M. Raica (D) Cluj 16.7.	15,20 C. Crețu (S) Cluj 18.10.	15,13 I. Vorovenci (S) Buc. 16.10.	15,13 G. Georgescu (S) Timiș. 22.10.	15,13 N. Gurău (P) Timiș. 22.10.	15,13 L. Purdea (D) Cluj 22.4.	15,13 D. Stofan (P) Sofia 10.7.	15,13 I. Heller (C) Buc. 21.5.
------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------	--------------------------------	------------------------------------	--------------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

In sală: 13,63 R. Coveanu (CCA) Buc. 19.3.; 13,99 D. Zamfir (D) Buc. 19.3.; 12,58 V. Manolescu (D) Buc. 5.2.

Pe lista celor mai bune performanțe au fost înregistrate:

15,63 (1) A. Raica, Buc. 12.5.	15,60 (1) A. Raica Buc. 20.8.	15,49 (1) A. Raica C. Lung 29.10.	15,43 (1) N. Ivanov Petroșani 6.8.	15,40 (1) M. Raica Cluj 16.7.	15,37 (1) A. Raica Buc. 19.3.	15,35 (1) A. Raica Buc. 2.7.	15,27 (2) A. Raica Cluj 16.7.	15,25 (1) M. Raica Buc. 26.5.	15,21 (1) M. Raica Buc. 25.6.	15,20 (3) N. Ivanov Buc. 29.8.	15,20 (1) C. Crețu Cluj 18.10.	15,18 (1) A. Raica Timiș. 21.5.	15,18 (1) N. Ivanov Buc. 27.7.
--------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

	1-a	a 5-a	a 10-a	a 25-a	a 50-a
1953	15,84	14,30	12,80	11,91	—
1954	15,87	13,98	13,31	12,16	—
1955	15,63	14,53	13,79	12,65	11,93
	Media	5	Media	10	
1953	15,150		14,226		
1954	14,962		14,361		
1955	15,240		14,637		

	1953	1954	1955
Peste 15,00 m.	3	3	4
14,00—14,99	3	1	3
13,00—13,99	3	7	11
12,00—12,99	13	17	30

Peste 15,00 m. — 3 3 4

14,00 — 14,99 3 1 3

13,00 — 13,99 3 7 11

12,00 — 12,99 13 17 30

DISC

48,13 M. Raica (D) Sarpsborg 27.7.	46,86 R. Coveanu (CCA) Buc. 12.6.	46,05 E. Vilșan (CCA) Buc. 12.11.	44,86 E. Statnic (S) Timiș. 5.6.	44,06 St. Lișca (C) Buc. 12.11.	43,54 St. Panda (V) Timiș. 5.6.	43,23 D. Floră (P) Reșița 18.9.	42,98 S. Stăruș (S) Buc. 27.3.	42,98 A. Coman (D) Or. Stalin 23.7.	42,89 N. Răscănescu (CCA) Buc. 12.11.	42,60 V. Manolescu (D) Cracovia 2.4.	42,36 L. Purdea (D) Ploiești 22.5.	41,98 St. Hegedus (M) Reșița 18.9.	41,98 C. Dumitru (L) Buc. 12.11.	41,53 W. Iacoveanu (L) Buc. 28.5.	40,83 C. Bălan (P) Oradea 12.11.	40,40 N. Gurău (P) Cluj 14.5.	39,85 P. Zimbrescu (CCA) Buc. 2.4.	39,78 St. Labo (S) Oradea 13.11.	39,50 I. Vorovenci (S) Buc. 29.6.	39,40 C. Păndele (V) Timiș. 22.4.	39,30 I. Zăvoian (P) Oradea 25.3.	39,35 V. Condricu (L) Brăila 11.9.	39,12 St. Zăvoian (L) Brăila 11.9.	38,83 Ad. Milles (M) Petroșani 5.8.
------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------	-------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

Până la 45,00 m. au fost înregistrate în acest an 12 rezultate:

48,13 (1) M. Raica Sarpsborg 27.7.	47,70 (1) M. Raica Ploesti 21.5.	47,70 (1) M. Raica Buc. 2.7.	47,20 (1) M. Raica Buc. 12.6.	46,91 (4) M. Raica Varșovia 18.6.	46,86 (2) R. Coveanu Buc. 12.6.	46,58 (1) M. Raica Buc. 28.5.	46,51 (1) M. Raica Cluj 17.7.	46,43 (1) M. Raica Cluj 11.9.	46,33 (1) M. Raica Oradea 12.11.	46,03 (2) M. Raica Buc. 21.8.	46,00 (1) M. Raica Buc. 19.11.
------------------------------------	----------------------------------	------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	-------------------------------	--------------------------------

	1-a	a-5-a	a-10-a	a-25-a	a-50-a
1953	47,68	42,25	40,00	36,41	—
1954	48,11	42,12	41,69	36,84	—
1955	48,13	44,06	42,89	38,93	35,01
	Media 5		Media 10		
1953		44,782	42,593		
1954		44,666	42,959		
1955		45,760	44,377		
	1953	1954	1955		
Peste	48,00	—	1 1		
44,00-47,99		3	1 4		
40,00-43,99		7	11 12		
36,00-39,99		17	18 20		

Media 5 Media 10

1953	44,782	42,898
1954	44,606	42,959
1955	45,760	44,377

Peste 48,00 — 1 1 1

44,00 — 47,99 3 1 4

40,00 — 43,99 7 11 12

36,00 — 39,99 17 18 20

SULIȚĂ

69,23 A. Demeter (D) Buc. 26.3.	69,09 D. Zamfir (D) Buc. 2.10.	68,80 P. Demeter (S) Cluj 12.10.	68,75 I. Iordan (L) Buc. 2.10.	68,18 A. Blăz (S) Buc. 20.6.	61,73 Gh. Popescu (S) Buc. 20.11.	58,49 Gh. Stroe (C) Cluj 16.9.	58,16 C. Crețu (S) Buc. 8.5.	57,14 C. Bociac (M) Buc. 13.11.	56,98 V. Manolescu (D) Oradea 14.8.
---------------------------------	--------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------	------------------------------	---------------------------------	-------------------------------------

56,35 P. Zimbrescu (CCA) Buc. 29.5.	56,02 P. Cereș (S) Buc. 8.5.	55,61 C. Zamfir (R) Iași 15.5.	55,36 I. Stancu (S) Or. Stalin 29.4.	54,14 V. Zăvoian (S) Cluj 18.10.	53,73 E. Stănicu (S) Iași 2.5.	53,71 C. Krupka (P) Cluj 15.5.	53,70 O. Drăgan (S) Timiș. 22.4.	53,28 Gh. Tiniș (S) Cluj 29.4.	53,18 A. Popescu (S) Buc. 3.9.	52,59 N. Popa (P) Ploiești 30.11.	52,31 P. Oslac (D) Buc. 23.7.	51,90 E. Gnoss (P) Or. Stalin 24.6.	51,69 C. Păndele (V) Timiș. 22.4.	51,03 I. Cosma (P) Cluj 4.10.
-------------------------------------	------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------

1-a a-5-a a-10-a a-25-a a-50-a

1953	67,60	56,96	54,93	48,53	—
1954	68,63	59,50	55,53	49,02	—
1955	69,23	62,18	56,98	51,03	45,62

	Media 5	Media 10
1953	60,906	58,404
1954	63,072	59,991
1955	67,610	63,055

Peste 65,00 — 1 2 4

60,00 — 64,99 1 2 2

55,00 — 59,99 7 6 2

50,00 — 54,99 9 11 12

CIOCAN

58,76 C. Dumitru (L) Buc. 21.8.	57,91 N. Răscănescu (CCA) Buc. 23.10.	57,37 C. Spiridon (V) Buc. 23.7.	55,31 W. Iacoveanu (L) Buc. 23.10.	52,70 D. Grafenstein (M) Buc. 21.4.	52,61 I. Toma (S) Or. Stalin 24.12.	51,53 V. Albu (S) Buc. 13.2.	48,20 I. Pantelimon (D) Buc. 26.6.	47,11 V. Manolescu (D) Ploiești 22.5.	45,28 Al. Szentesi (M) Timiș. 23.10.
---------------------------------	---------------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------	------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------

Anul acesta au fost înregistrate 17 rezultate peste 57,00 m.:

58,76 (1) C. Dumitru Buc. 21.8.	58,62 (1) C. Dumitru Dressed 3.10.	58,52 (1) C. Dumitru Buc. 23.10.	58,42 (1) C. Dumitru Ploesti 30.10.	57,92 (1) C. Dumitru Buc. 15.8.	57,91 (2) N. Răscănescu Buc. 23.10.	57,86 (7) C. Dumitru Moscova 25.6.	57,60 (2) C. Dumitru Oslo 25.7.	57,57 (1) N. Răscănescu C. Lung 30.10.	57,50 (2) N. Răscănescu Buc. 21.8.	57,45 (1) N. Răscănescu Buc. 26.6.	57,37 (1) C. Spiridon Buc. 23.7.	57,30 (1) C. Dumitru Cluj 10.9.	57,23 (1) N. Răscănescu Buc. 29.5.	57,19 (1) C. Dumitru Timiș. 22.5.	57,12 (1) N. Răscănescu Buc. 20.11.	57,02 (1) C. Dumitru Buc. 13.11.
---------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	---------------------------------	--	------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

	1-a	a-5-a	a-10-a	a-25-a	a-50-a
1953	56,94	51,10	44,53	—	—
1954	57,43	53,87	45,98	36,72	—
1955	58,76	52,70	45,28	37,00	—
	Media	5		Media	10

1953	54,456	50,202
1954	55,914	52,405
1955	56,410	52,678
	1953	1954 1955

Peste 55,00 m. — 3 3 4

50,00 — 54,99 2 3 3

45,00 — 49,99 4 5 3

40,00 — 44,99 6 10 12

Antrenamentul pe timp de iarnă în secțiile de călărie

Deși necesitatea continuității în munca de instruire-antrenament la călărie a devenit evidentă, foarte puțini dintre călăreții noștri folosesc perioada lunilor de iarnă pentru perfecționarea pregătirii lor. Motivarea acestei „odihne totale” este greșită. Lipsa unor manee închise nu înseamnă niciun fel de întrerupere a oricărei activități; dimpotrivă, ea cere călăreților și, bineînțeles, antrenorilor să găsească și să aplice alte forme de activitate, corespunzătoare. În lunile de iarnă se poate desfășura o intensă activitate, cu excelente rezultate atât pentru pregătirea călăreților cit și pentru „lucrul” calilor. Dezvoltarea fizică generală a călăreților, problema care nu a preocupat suficient pe nici unul dintre antrenorii noștri, poate fi rezolvată în cele mai bune condiții în lunile de iarnă. Pot fi dezvoltate astfel forța și rezistența și în același timp, o serie de calități deosebite de necesare unei ridicate pregătiri tehnice: îndemânarea, elasticitatea, echilibrul etc. Fără îndoială, este indicat ca cea mai mare parte a activității de pregătire fizică să se facă în aer liber, recomandându-se practicarea următoarelor ramuri sportive: atletismul, crosul, schiul, patinajul, precum și înotul, gimnastica la aparate, tenis de masă, jocuri (volei, baschet, handbal).

Călăria se poate practica pe orice timp, pe orice teren; pe timp ploios, cu vânt sau ninsoare, noroi sau zăpadă, pe teren de șes, teren accidentat etc. Pregătirea fizică generală a calilor se dezvoltă în special pe teren variat și nu în manee. Efortul depus de cal este mai mare pe un teren accidentat, nisipos, noroi, moale, înghețat sau prin mersul în zăpadă și prin apă. În aceste condiții putem obține rezultate excelente în dezvoltarea forței și rezistenței calilor. Rezistența se realizează și prin marșuri pe distanțe progresiv mărite și în viteză din ce în ce mai mare. Mersul la pas, trap și galop, pe pante dulci în urcuș, pe distanțe treptat mărite, contribuie de asemenea la mărirea rezistenței calilor. Un alt mijloc foarte bun pentru dezvoltarea fizică generală și specială a calilor în timpul iernii este și „lucrul” la trăsura și la sanie, cu calul înhamat. Un astfel de „lucru” pune în acțiune și alte grupe de mușchi și dezvoltă unele calități specifice: forța propulsivă a trenului posterior și o bună gimnastică de angajare a părții dinapoi. O astfel de metodă este recomandabilă în special pentru caii cu picioarele slabe. Iată deci, cîte lucruri pot fi realizate în ceea ce privește pregătirea fizică, în perioada lunilor de iarnă.

În lipsa unui maneaj închis, nu

trebuie să rezumăm însă întreaga activitate numai la pregătirea fizică a călăreților și a calilor. În lunile de iarnă putem dezvolta și calitățile fizice speciale, făcând și unele exerciții ajutătoare pentru tehnica săriturii. În dezvoltarea tehnicii săriturii se vor urmări: a) perfecționarea deprinderilor motrice pentru sărituri și coordonarea perfectă a mișcărilor, b) dezvoltarea forței trenului posterior (forța propulsivă), dezvoltarea elasticității articulațiilor picioarelor (în special articulațiile umerilor, coccifemurale și a jareților), elasticitatea coloanei vertebrale și a ancolurei.

Toate aceste calități speciale ale calilor se pot dezvolta prin călărie la cîmp. Iarna, în maneaj deschis, se recomandă pentru pregătirea calului lucru la „cavalete” (bare joase, la 20—30 cm. înălțime), așezate la 0,75 m. una de alta pentru trecerea la pas și la 1,30—1,60 m. lărgime pentru trecerea la trap. Amenajând o porțiune cit de mică de teren cu un strat de nisip sau cu paie, se poate trece și la ușoare exerciții de sărituri din trap peste obstacolele de 0,80—1,00 m. înălțime. Pentru ca „lucrul” de iarnă să fie mai atractiv se recomandă exercițiile combinate cu săniuțe, sănii și schiuri.

De exemplu, oțiva schiori sau cîteva săniuțe se prind de un sportiv care merge călare. Prin astfel de exerciții se combină pregătirea fizică a călăreților cu pregătirea fizică a calilor. În asemenea condiții unii se pot organiza și gerbări, demonstrații sau concursuri locale, puternice stimulente pentru o pregătire temeinică.

Rețese limpede că în lunile de iarnă se pot realiza absolut toate sarcinile perioadei de tranziție și ale perioadei pregătitoare, chiar dacă nu dispunem de maneaj închis. Rămîne doar ca acest lucru să fie înțeles de toți călăreții noștri frunțași, care, renunțînd la lungile perioade de întrerupere din timpul iernii, să folosească fiecare din aceste zile pentru îmbunătățirea pregătirii lor fizice și tehnice, pentru un „lucru” tot mai avansat în pregătirea calilor.

Antrenorii noștri de călărie trebuie să se îngrijească de pregătirea tehnică generală a călăreților și în special de perfecționarea poziției și solidității în sa ca și de perfecționarea conducerii calului și a tehnicii săriturilor. Nu trebuie neglijată nici un moment nici pregătirea morală și de voință a călăreților (dîrzenia, voința, perseverența de a lucra afară pe orice timp) și nici pregătirea teoretico-metodică.

O intensă activitate în lunile de iarnă este cheia obținerii unor succese din cele mai frumoase în viitorul sezon competițional.

G. NICOLESCU
antrenor

Către tine, tinăr turist!

Ai străbătut, desigur, astă-vară, potecile și ai îndrăgit înălțimile, de pe care ai cuprins cu privirea minunatele priveliști ale munților noștri. Acum, în pragul iernii, ai rămas cu un regret la gîndul că n-ai mai putea lua parte la excursii pentru a cunoaște mereu alte și alte regiuni, fiecare cu farmecul ei.

Te gîndești la frumusețea excursiilor la care ai luat parte și parcă nu-ți mai vine a crede că la început ți-a fost greu. Ai oboșit, ai transpirat și te întrebai nedumerit ce cauți în pădurile de nepătruns, pe potecile de munte care par fără sfîrșit, pe vîrfurile de stîncă la picioarele cărora prăpastia pare fără fund? Te-ai obișnuit însă repede cu drumurile de munte, ai prins drag de frumusețile pe care le-ai întâlnit la tot pasul, ai învins oboseala și ai început să te simți mai bine decît oriunde la cabane, printre turiștii mai vechi.

Dar vara a rămas în urmă. Ploaia și frigul te însoțesc acum pe drumul cel-jacii între fabrică și casă. Deși foile calendarului de anul trecut au zburat toate, pe geam, ai văzut de puține ori fulgi de zăpadă căzînd. În munți, acolo pe unde ai colindat cu tovarășii tăi astă-vară, zăpada a acoperit acum totul și a transformat peisajul de nu-l mai recunoști. Gazetele și radioul anunță tot mai insistenț: „În munți — va ninge”. Ți se pare de neînțeles pasiunea turiștilor sau a schiorilor pentru excursiile de iarnă. Dar afirmația lor că „sus” poți schia în costum de baie? Ți se pare de necrezut. Și totuși este adevărat!

După ce vei fi făcut însă primele excursii de iarnă, nu vei mai conțeni povestind prietenilor tăi frumusețile ce le-ai văzut, cîntînd să-i distigi și pe ei de partea ta.

Pentru tine și pentru prietenii tăi, la inițiativa Direcției de Turism și Excursii din C.C.S., comisiile sindicale regionale organizează excursii de cîte 10 zile la munte, în care-ți poți petrece o parte din concediu. Ai prilejul să vizitezi cele mai pitorești locuri din țara noastră. Iată din Galați ne vine vestea, transmisă de corespondentul Gh. Ștefănescu, că oamenii muncii din Brăila și Galați au și participat la astfel de excursii, vizitînd frumoasa stațiune Lacul Roșu. Mulți dintre ei au adus schiuri, alții au însoțit aici să schieze și cu toții au participat la concursuri.

Tot mai numeroase sînt cabanele ce se pun la dispoziție. Din cea-laltă parte a țării, de la Baia Mare, corespondentul V. Sășoreană-a comunicat că o nouă cabană a fost dată în folosința sportivilor de acolo. Ea este instalată în imediata apropiere a cabanei Mogoșă, lîngă lacul Bodi și poate deservi pîrția de schi Mogoșă.

Fotbalul PESTE HOTARE

CAMPIONATUL FRANCEZ

PARIS 1 (prin radio). — Duminică s-a desfășurat în Franța cea de a XIX-a etapă din cadrul campionatului de fotbal. Liderul campionatului O.G.C. Nice nu a putut obține la Toulouse, în fața echipei locale, decît un singur punct: rezultatul cu care s-a soldat partida: 1-1. Același rezultat a pierdut la Padova: 0-1; Juventus-Lazio 1-0; Lanerossi-Bologna 1-3; Novara-Milan 3-4; Roma-Atalanta 3-2; Sampdoria-Pro Patria 7-0; Triestina-Genova 2-0 și Spal-Torino 1-2. În urma etapei de duminică clasamentul arată astfel:

1. Nice	19 11 4 4 50:25 26
2. Reims	19 10 6 3 34:21 24
3. Lens	19 11 2 6 34:32 24
4. Lyon	19 9